

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่าย เพื่อสร้างเสริมสุขภาพคน 3 วัย โดยผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิจัยเป็น 3 ส่วน ตามวัตถุประสงค์สำคัญของการวิจัย ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพ สถานการณ์กิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพของ คน 3 วัย ในชุมชนตำบลพระธาตุซิงแกง อำเภอจุน จังหวัดพะเยา

ตอนที่ 2 รูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพคน 3 วัย ให้เกิดความยั่งยืน

ตอนที่ 3 การสังเคราะห์รูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพที่เหมาะสมกับคน 3 วัย

ตอนที่ 1 สถานภาพและสถานการณ์กิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพของ คน 3 วัย ในชุมชนตำบลพระธาตุซิงแกง อำเภอจุน จังหวัดพะเยา

การศึกษาการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพคน 3 วัย มีพื้นที่เข้าร่วมโครงการทั้งหมด 5 พื้นที่ ซึ่งแต่ละพื้นที่ที่มีความหลากหลายแตกต่างกันในด้านบริบทชุมชน ดังนั้นสถานภาพและสถานการณ์การจัดกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อเสริมสร้างสุขภาพในแต่ละพื้นที่มุ่งไปในกลุ่มคนในวัยที่แตกต่างกันดังต่อไปนี้

สถานการณ์และสถานภาพองค์การบริหารส่วนตำบลพระธาตุซิงแกง อำเภอจุน จังหวัดพะเยา

องค์การบริหารส่วนตำบลพระธาตุซิงแกง เห็นความสำคัญต่อการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพเป็นอย่างมากเนื่องจากประชาชนในชุมชนมีปัญหาสุขภาพะทั้ง 4 ด้าน คือ กาย จิต ปัญญาและสังคม โดยคนที่มีสภาวะทางกาย จิต ปัญญาและสังคมดีสามารถห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บได้ ซึ่งจากการสำรวจข้อมูลร่วมกับนักวิจัยในพื้นที่ทำให้ทราบว่าประชากรในตำบลพระธาตุซิงแกงมีอัตราการฆ่าตัวตายของคนวัยกลางคนไปจนถึงผู้สูงอายุสูงเป็นอันดับหนึ่งของจังหวัดพะเยา เนื่องมาจากอาการโรคซึมเศร้า ดังนั้นองค์การบริหารส่วนตำบลพระธาตุซิงแกงจึงได้คิดกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหาโรคซึมเศร้าที่นำพาไปสู่การฆ่าตัวตายของคนวัยทำงานและผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่เพียงลำพังไม่มีลูกหลานดูแล โดยการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุขึ้น ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนที่อาศัยอยู่บ้านเพียงลำพังได้มีการพบปะเพื่อนบ้านในชุมชนและมีโอกาสได้พูดคุยปรึกษาหารือแลกเปลี่ยนสถานการณ์ความเป็นอยู่ของตนเองให้กับเพื่อได้รับรู้ อีกทั้งยังเป็นการผ่อนคลายความเครียดที่ต้องอาศัยอยู่เพียงลำพังอีกด้วย

ในการดำเนินกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุของตำบลพระธาตุซิงแกง รุ่นที่ 1 มีผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไปมาลงชื่อเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด 113 คน แต่เมื่อถึงเวลาเปิดโรงเรียนผู้สูงอายุ มีผู้มาเรียนจริงๆ จนจบหลักสูตร จำนวน 79 คน ซึ่งโรงเรียนผู้สูงอายุจะเปิดเรียนทุก ๆ วันพฤหัสบดี ระยะเวลาในการเรียน 20 สัปดาห์ เริ่มเปิดเรียนเมื่อวันที่ 4 พฤษภาคม 2560 ถึงวันที่ 14 กันยายน 2560 และเริ่มเปิดเรียนรุ่นที่ 2 เมื่อวันที่ 9 มกราคม 2561 ถึงวันที่ 15 พฤษภาคม 2561 ระยะเวลาในการเรียนเหลือ 18 สัปดาห์ ซึ่งในการเปิดเรียนรุ่นที่ 2 มีนักเรียนผู้สูงอายุสมัครเรียนทั้งหมด 49 คน ซึ่งมีรายเดิมที่เคยเรียนในรุ่นที่ 1 แล้วจำนวน 25 คน จากการสัมภาษณ์นักเรียนของโรงเรียนผู้สูงอายุโดยภาพรวมแล้วนักเรียนสูงอายุมีความสุขสนุกสนานในการได้มาร่วมกิจกรรม พบปะเพื่อนๆ และรับความรู้จากการเรียนในชั้นเรียน ดังคำให้สัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลักว่า

“...แต่ก่อนป่าอยู่บ้านเฉยๆ ไม่ได้พบปะเพื่อฝูงในหมู่บ้าน นอกจากไปทำบุญที่วัดถึงจะได้เจอเพื่อนบ้าน และได้พูดคุยกันบ้าง...”

(นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพระธาตุซิงแกง, ผู้ให้สัมภาษณ์, 17 สิงหาคม 2560)

“...ป่าทำงานรับจ้างทั่วไปได้ค่าจ้างวันละ 300 บาท แต่พอมาเข้าเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุแล้ว ถึงวันพฤหัสบดีที่จะต้องมาเรียน ป่าจะไม่ไปทำงานยอมทิ้งเงิน 300 บาท เพื่อมาเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ เพราะป่ามีความสุขที่ได้มาเจอเพื่อนๆ และทำกิจกรรมร่วมกัน...”

(นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพระธาตุซิงแกง, ผู้ให้สัมภาษณ์, 17 สิงหาคม 2560)

“...เดี๋ยวนี้พอวันพุธจะโทรถามกันลว่าจะไปเรียนกันไหม หรือมีการเตือนกันว่าพรุ่งนี้อย่าลืมไปโรงเรียนกันนะ ป่าว่ามันสนุกดี เหมือนได้กลับมาเป็นเด็กอีกครั้ง...”

(นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพระธาตุซิงแกง, ผู้ให้สัมภาษณ์, 17 สิงหาคม 2560)

“...รอบหน้าถ้าเค้ามีเปิดให้เรียนอีก ป่าจะมาสมัครเรียนอีก เพราะกลางวันอยู่บ้านคนเดียว หลานๆ ไปโรงเรียนกันหมด อยู่บ้านคนเดียวก็เหงาหงอนไม่รู้จะทำอะไร ก็ารู้สึกเหงาหงอนเป็นธรรมดาของคนแก่ นั่นแหละ...”

(นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพระธาตุซิงแกง, ผู้ให้สัมภาษณ์, 17 สิงหาคม 2560)

ตอนที่ 2 รูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะคน 3 วัย ให้เกิดความยั่งยืน

จากการลงพื้นที่ร่วมกิจกรรมและสังเกตการณ์การทำกิจกรรมสร้างสรรค์ของแต่ละพื้นที่ที่รับผิดชอบ ทั้ง 5 พื้นที่แล้วนั้น ทำให้เห็นว่ากิจกรรมสร้างสรรค์ของแต่ละพื้นที่นั้นมีความหลากหลายและเหมาะสมกับความต้องการของชุมชนและบริบทชุมชนเป็นอย่างยิ่ง

ในการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะคน 3 วัยนั้น แต่ละพื้นที่ไม่ได้มีการดำเนินการแค่เพียงผู้รับผิดชอบในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแค่เพียงฝ่ายเดียว แต่จะมีการเชิญภาคีเครือข่ายอื่นๆ เข้ามาร่วมทำกิจกรรมด้วย เช่น มีการเชิญครู กศน. มาร่วมเป็นวิทยากรสอนนักเรียนผู้สูงอายุ เชิญนักวิชาการสาธารณสุขของ รพสต. มาให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ตำรวจมาให้ความรู้ด้านกฎหมาย ประชาชนชาวบ้านมาให้ความรู้ด้านต่างๆ ตามศาสตร์ของตนเอง เป็นต้น เมื่อคนทั้ง 3 วัยได้รับความรู้แล้วก็ก่อให้เกิดการรวมกลุ่มกันที่เหนียวแน่นเพื่อทำกิจกรรมร่วมกันในโอกาสต่อไปอย่างต่อเนื่อง ส่งผลในด้านสุขภาวะด้านปัญญาที่นำไปสู่สุขภาวะทางจิตที่ดี เมื่อสังคมดี จิตดี ปัญญาดีแล้ว สิ่งเหล่านี้จะเป็นตัวหนุนเสริมให้ร่างกายมีความแข็งแรงมากยิ่งขึ้น

การดำเนินกิจกรรมสร้างสรรค์ของแต่ละพื้นที่อาจมีความถนัดในการจัดกิจกรรมไม่เท่ากัน เนื่องจากเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบการดำเนินกิจกรรมของแต่ละพื้นที่ไม่สามารถบริหารจัดการการดำเนินกิจกรรมตามความต้องการของชุมชนได้ เนื่องจากมีภารกิจในหน้าที่อื่นๆ ที่ต้องรับผิดชอบประจำอยู่แล้ว แต่จะมีแผนการดำเนินกิจกรรมของแต่ละ อบต. ที่กำหนดการทำกิจกรรมเป็นช่วงเวลา ถ้า อบต. ไหนที่กลุ่มเข้มแข็งและสามารถดำเนินกิจกรรมเองได้ อบต. ก็จะปล่อยให้ดำเนินการเอง โดยความเห็นชอบของ อบต. และให้งบประมาณสนับสนุนการดำเนินการให้ เนื่องจากสมาชิกกลุ่มเห็นประโยชน์ของการดำเนินกิจกรรมที่สามารถสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีทั้ง 4 ด้าน คือ กาย จิต ปัญญาและสังคม โดยแต่ละพื้นที่มีรูปแบบดำเนินกิจกรรม ดังนี้

องค์การบริหารส่วนตำบลพระธาตุขิงแกง กิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสุขภาวะ คือ โรงเรียนผู้สูงอายุ ได้มีการทำประชาคมเพื่อสำรวจจำนวนผู้ที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรม โดยรุ่นแรกจัดให้เรียนทุกวันพฤหัสบดี จำนวน 20 สัปดาห์ มีการเข้าแถวเคารพธงชาติและทำกิจกรรมในชั้นเรียนตามแผนการเรียนที่ อบต. เป็นผู้กำหนดให้ ปัจจุบันได้เปิดโรงเรียนผู้สูงอายุเป็นรุ่นที่ 2 โดยจัดให้เรียนทุกวันอังคาร จำนวน 18 สัปดาห์ โดยมีการเพิ่มรายวิชาการอ่านและเขียนภาษาไทย ตามความต้องการของนักเรียนผู้สูงอายุ

ตอนที่ 3 การสังเคราะห์รูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาวะที่เหมาะสมกับคน 3 วัย

องค์การอนามัยโลก ได้นิยามไว้ว่า “สุขภาพ หมายถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย จิตใจ สังคม และปัญญา มิใช่เพียงการปราศจากโรคหรือความพิการเท่านั้น” (ตามนิยาม “สุขภาพ” ขององค์การอนามัยโลก และ พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2550)” หรือสุขภาวะที่สมบูรณ์ทุกๆ ทางเชื่อมโยงกัน สะท้อนถึงความ เป็นองค์รวมอย่างแท้จริงของสุขภาพที่เกื้อหนุนและเชื่อมโยงกันทั้ง 4 มิติ นำมาสู่วิสัยทัศน์ของสำนักงาน

กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) คือ “คนไทยมีสุขภาพะยังยืน หมายถึงคนไทยมีสุขภาพะดีครบ ทั้งสี่ด้าน ได้แก่ กาย จิต สังคม และปัญญา อันได้แก่

1. สุขภาวะทางกาย หมายถึง การมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีเศรษฐกิจพอเพียง มีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุ เป็นต้น

2. สุขภาวะทางจิต หมายถึง จิตใจที่เป็นสุข ผ่อนคลาย ไม่เครียด คล่องแคล่ว มีความเมตตา กรุณา มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น

3. สุขภาวะทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดี ในครอบครัว ในชุมชน ในที่ทำงาน ในสังคม ในโลก ซึ่งรวมถึงการมีบริการทางสังคมที่ดี และมีสันติภาพ เป็นต้น

4. สุขภาวะทางปัญญา (จิตวิญญาณ) หมายถึง สุขุขอันประเสริฐที่เกิดจากมีจิตใจสูง เข้าถึงความจริงทั้งหมด ลดละความเห็นแก่ตัว มุ่งเข้าถึงสิ่งสูงสุด ซึ่งหมายถึงพระนิพพาน หรือพระผู้เป็นเจ้าของหรือความดีสูงสุด สุดแล้วแต่ความเชื่อที่แตกต่างกันของแต่ละคน

ดังนั้นเราสามารถสรุปความหมายของคำว่า “สุขภาพะ” ได้ว่าหมายถึง การดำรงชีพของบุคคลอย่างมีสุขทั้งกาย และ จิต อาจกล่าวได้ว่ามีใช่เพียงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ แต่รวมถึงการมีชีวิตที่มีร่างกายแข็งแรง จิตแข็งแรง มีความสุขอยู่ในสังคม โลกในปัจจุบัน ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว บางอย่างที่เกิดขึ้นก่อให้เกิดภาวะคุกคามต่อสุขภาพะคนไทยเกิดเป็นปัญหาด้าน สุขภาพ มลภาวะที่เกิดขึ้น การเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวกับอาหาร วิถีชีวิต ค่านิยมและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนไปแล้วแต่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมา ทั้ง สิ้นก่อให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บเช่นเกิดโรคเอดส์ เกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจขาดเลือด เกิดอุบัติเหตุสูงขึ้น เป็นต้น มีโรคหลายโรคที่อาจป้องกันหรือสามารถลดอัตราเสี่ยงลงได้ ซึ่งต้องการความร่วมมือร่วมใจจากหลายๆ ฝ่ายช่วยการสร้างเสริมสุขภาพให้กับสังคม

เมื่อพูดถึงคำว่า “สุขภาพะ” หลายคนจะมองแค่ด้านสุขภาพะทางกายของคนที่มีสุขภาพะแข็งแรง ไม่เจ็บ ไม่ป่วยเท่านั้น แต่ไม่ได้มองในเรื่องสุขภาพะด้านจิต ด้านปัญญา และด้านสังคม ที่เป็นองค์ประกอบสำคัญที่สามารถทำให้เกิดสุขภาพะกายที่ดีได้เลย การจัดกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสุขภาพะควรคำนึงถึงผู้เข้าร่วมกิจกรรมว่า เมื่อมาร่วมกิจกรรมแล้ว กิจกรรมจะช่วยส่งเสริมและพัฒนาให้มีสุขภาพะดีทั้ง 4 ด้านได้

รูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพะที่เหมาะสมกับคน 3 วัยของแต่ละพื้นที่นั้นมีความแตกต่างกันตามสภาพของบริบททั้งด้านสังคมและชุมชน ดังนั้นการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสุขภาพะจึงต้องคำนึงถึงความต้องการและความเหมาะสมของกลุ่มผู้ทำกิจกรรมด้วย การทำกิจกรรมสร้างสรรค์จึงต้องมุ่งไปที่ผลลัพธ์ของการเข้าร่วมกิจกรรมของคนว่ากิจกรรมนั้นสามารถส่งเสริมพัฒนาการด้านกาย จิต ปัญญาและสังคมได้หรือไม่

การดำเนินกิจกรรมสร้างสรรค์ของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพระธาตุขิงแกง อำเภอจุน จังหวัดพะเยา แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่าเป็นกิจกรรมที่สามารถส่งเสริมการพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ ปัญญาและสังคม เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นในสังคม ดังจะเห็นได้จากการดำเนินกิจกรรมของปีที่ 2 มีนักเรียนผู้สูงอายุรายเดิมเข้ามาร่วมทำกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุถึง 50% นักเรียนผู้สูงอายุยอมเสียรายได้ในวันที่ต้องมาเรียน เพื่อที่จะได้มาพบปะเพื่อนฝูง ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนในชั้นเรียนและวิทยากร

จะเห็นได้ว่ารูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สร้างเสริมสุขภาพะนั้น ไม่ใช่การทำกิจกรรมที่มุ่งแต่การส่งเสริมสุขภาพทางกายให้ห่างไกลจากการเจ็บป่วยหรือลดจากอาการเจ็บป่วยที่เป็นอยู่แล้วเท่านั้น แต่เป็นการดำเนินกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญาและสังคม เมื่อจิตใจดีแล้ว ร่างกาย สติปัญญา และสังคมก็จะดีตามมาด้วย